Stemspreekuur

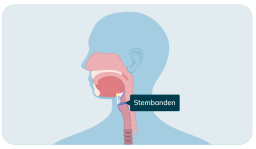
Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's
Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.
Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

Inleiding

U heeft deze informatie gekregen omdat u stemklachten heeft. U bent daarom doorverwezen naar het stemspreekuur (foniatrisch spreekuur) van het Frisius MC Leeuwarden.

Tijdens dit spreekuur werken de KNO-arts en de logopedist samen. Zij onderzoeken uw stemklachten en kijken welke behandeling het beste bij u past. Veelvoorkomende klachten zijn heesheid, schorheid of tijdelijk verlies van de stem. Ook stemproblemen door werk of hobby komen vaak voor. In deze folder leest u meer over stemproblemen bij volwassenen en over het stemspreekuur.

Waarom is goed kunnen praten belangrijk



Praten is de belangrijkste manier waarop mensen met elkaar communiceren. In veel beroepen gebruiken mensen hun stem veel, bijvoorbeeld in het onderwijs of de verkoop. Als u stemproblemen heeft, kan dat uw werk en sociale leven beïnvloeden. Uw stem laat niet alleen horen wat u zegt, maar ook hoe u zich voelt. De toon waarop u iets zegt, geeft emoties weer. Een afwijkende stem kan daardoor een verkeerde indruk geven.

Hoe ontstaat stemgeluid

Uw stemgeluid begint in het strottenhoofd, dat ligt tussen de luchtpijp en de keelholte. In het strottenhoofd zitten uw stembanden. Dit zijn twee plooien die door spieren tegen elkaar kunnen worden gebracht. Wanneer u uitademt, komt er lucht langs de gesloten stembanden. De stembanden gaan trillen. Deze trilling maakt het geluid van uw stem. De spanning van de stembanden bepaalt hoe

hoog of laag uw stem klinkt. Uw lippen, tong, gehemelte en keel zorgen er daarna voor dat het geluid wordt omgezet in woorden.

Wat zijn stemstoornissen

Als uw stembanden niet goed werken, kan dat het trillen van de stembanden verstoren. U hoort dat bijvoorbeeld als uw stem hees of schor klinkt. Er zijn verschillende oorzaken:

Infectie

Een ontsteking van de stembanden komt vaak voor, bijvoorbeeld bij een verkoudheid. Meestal wordt dit veroorzaakt door een virus en geneest het vanzelf. Bij een ernstige of langdurige ontsteking kan medicatie nodig zijn. Soms wordt onderzocht of er een bron van de infectie is, bijvoorbeeld in de neusbijholten.

Verlamming

Als een of beide stembanden verlamd zijn, sluiten ze niet goed. Uw stem klinkt dan hees. Soms herstelt dit vanzelf, afhankelijk van de oorzaak. Soms is er therapie of een operatie nodig.

Zwelling

Goedaardige zwellingen zoals een stembandpoliep of stembandknobbels kunnen uw stem aantasten. Vaak helpt logopedie. In sommige gevallen wordt de zwelling operatief verwijderd, meestal onder narcose.

Verkeerd stemgebruik

Soms zijn er geen afwijkingen aan de stembanden te zien, maar klinkt de stem toch slecht. Dat komt dan door **verkeerd gebruik van de stem**. Bijvoorbeeld door verkeerd stemgedrag na een infectie, of door te krachtig of gespannen spreken.

Wat zijn de gevolgen van verkeerd stemgebruik

Verkeerd gebruik van de stem kan leiden tot problemen zoals stembandknobbels. In zo'n geval is het belangrijk om de oorzaak aan te pakken. Vaak helpt logopedie hierbij. Als dit onvoldoende helpt, kan

een operatie nodig zijn. Na de operatie volgt dan opnieuw logopedie.

Wat kunt u zelf doen bij stemproblemen

- Niet roken. Roken is slecht voor uw stembanden.
- Adem door uw neus en drink voldoende water. Droge slijmvliezen raken sneller geïrriteerd.
- Forceer uw stem niet als u verkouden bent.
- Probeer kuchen, schrapen, fluisteren en schreeuwen te vermijden.
- Praat rustig en neem pauzes tijdens het spreken.

Wat gebeurt er op het stemspreekuur

Vooraf invullen van vragenlijst

Op de polikliniek vult u een vragenlijst in. Hiermee brengen we uw klachten in kaart.

Onderzoek door de KNO-arts

De KNO-arts onderzoekt uw stembanden. Dit gebeurt soms met een dun slangetje via uw neus (fiberlaryngoscoop). Hiermee kan ook een video-opname worden gemaakt met speciaal flitslicht (stroboscopie) zodat de beweging van uw stembanden goed te zien is. U bekijkt de beelden samen met de arts. Dit duurt ongeveer 30 minuten.

Onderzoek door de logopedist

De logopedist luistert naar uw stem en gebruikt een computerprogramma om uw stem te analyseren. Er wordt onder andere gekeken naar toonhoogte en luidheid. Ook dit onderzoek duurt ongeveer 30 minuten.

Bespreken van de uitslag

De KNO-arts bespreekt met u wat de oorzaak is van uw stemklachten. Afhankelijk van de uitkomst kan gekozen worden voor logopedie, medicijnen, een operatie of een combinatie hiervan. Logopedie helpt u uw stem beter te gebruiken. Dit vraagt geduld en oefening.

Contact

Kunt u niet komen?

Laat het ons dan zo snel mogelijk weten. We maken graag een nieuwe afspraak met u.

Vragen?

Heeft u na uw bezoek nog vragen? Neem dan gerust contact op met uw KNO-arts.